بسم الله الرحمن الرحيم

الأمرُ بالسُّحورِ واستحبابُ التَّسحُّرِ بالتَّمر

الحمدُ للهِ ربِّ العالمين، والصلاةُ والسلامُ على نبينا محمد، وعلى آله وصحبه أجمعين.

أمّا بعد،

فأني قد جمعتُ في هذه الورقات مسألةَ السحورِ واستحبابَ التسحُّرِ بالتمر، سلكتُ فيها سبيلَ الاختصارِ والاقتصاد، واقتصرتُ على ما تُرجى به الفائدة، ومن غير إطالةٍ مُملَّة، ولا اختصارٍ مُخلٍّ، سائلًا اللهَ تعالى القبولَ والإعانةَ والتوفيق.

السَّحور بفتح السِّين هو اسمٌ لما يُؤكَل في وقت السَّحَر، **أمّا بضمِّ السِّين (السُّحور)** فيعني فعل التَّسحُّر نفسه، أي تناول الطعام في وقت السَّحَر. والسَّحَر هو الجزء الأخير من الليل قبيل طلوع الفجر، وسُمِّي بذلك لأنَّه يفصل ويقسِم بين الليل والنهار.

ويُسمَّى السَّحورُ غداءً؛ لأن الغداءَ اسمٌ لما يُؤكل في أوّل النهار، وهو في حقِّ الصائم قائمٌ مقامَه، وإن تقدَّم وقتُه عليه، فاعتُبر بالمعنى لا بالزمن؛ ولهذا يُقال: تغدَّى في رمضان؛ أي تسحَّر.

وقد وردت عدة أحاديثُ في تسمية السحور غداءً، منها حديثُ عبد الله بْنِ عَبَّاسٍ رضي الله عنهما، قَالَ: أَرْسَلَ إِلَيَّ عُمَرُ بْنُ الْخَطَّابِ يَدْعُونِي إِلَى السَّحُورِ، وَقَالَ:" إِنَّ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ سَمَّاهُ الْغَدَاءَ الْمُبَارَكَ"([1]).

وقد سمَّاه النبيُّ ﷺ غداءً مباركًا، فهو مباركٌ للصائم إذا أكله، لما فيه من الإعانة على الصيام، وامتثال السُّنَّة، وحصول البركة به.

السُّحور من أعظم ما يميّز صيام المسلمين عن صيام أهل الكتاب؛ إذ إنهم لا يتسحّرون، فعَنْ عَمْرِو بن العاص رضي الله عنه؛ أن رسول الله ﷺ قَالَ:" فَصْلُ مَا بَيْنَ صِيَامِنَا وَصِيَامِ أَهْلِ الْكِتَابِ أَكْلَةُ السَّحَرِ"([2]). وقوله: "أَكْلَةُ" بفتح الهمزة وسكون الكاف، والمراد بها الأكل في ذلك الوقت، أي فعل الأكل زمن السحر. وقد رُويت بضم الهمزة " أُكْلَة "، إلا أن هذا بعيد؛ لأن الأُكلة بالضم

---

[1]) أخرجه الطبراني في الأوسط ١٦٠/١ والمقدسي في الأحاديث المختارة ٢٩١/١ وغيرهما بسند صحيح.

[2]) أخرجه مسلم ٤٦٣/٢.

تُطلق على اللقمة الواحدة، وليس المقصود أن يكتفي المتسحّر بلقمة واحدة، وإنما المقصود حصول الأكل في وقت السحر.

وقد أمر النبي ﷺ بالسَحور لِمَنْ أَرَادَ الصِّيَامَ، فعَنْ أَنَسٍ ﷺ قَالَ: قَالَ النَّبِيُّ ﷺ:" تَسَحَّرُوا، فَإِنَّ فِي السَّحُورِ بَرَكَةً"(١)، **والأمر الوارد في الحديث أمرُ إرشادٍ واستحباب، وليس للوجوب؛** بدليل تعليله بالبركة، إذ بيّن أن الحكمة منه تحصيل البركة المترتبة عليه، وهذا يدل على أن المقصود الحثُّ والتنبيه إلى فضله.

قال ابن المنذر ﷺ:" وأجمعوا على أن السحور مندوب إليه"(٢)، فلا إثم على من تركه، غير أن الامتثال لأوامر النبي ﷺ كلِّها خيرٌ للمؤمن، وأعظم في تحصيل الأجر والبركة.

ينبغي للمتسحر أن يجعل نيته في السحور امتثال أمر النبي ﷺ والاقتداء بسنته، ليصبح سحوره عبادةً، وأن ينوي به التقوّي على الصيام ليجني أجره وفضل الله.

ويُستحبُّ تأخير السحور إلى ما قبل طلوع الفجر الصادق بقليل؛ لما روى أَنَس بن مالك، عَنْ زَيْدِ بْنِ ثَابِتٍ ﷺ قَالَ:" تَسَحَّرْنَا مَعَ رَسُولِ اللهِ ﷺ، ثُمَّ قُمْنَا إِلَى الصَّلَاةِ"، قُلْتُ: كَمْ كَانَ قَدْرُ مَا بَيْنَهُمَا؟ قَالَ:" خَمْسِينَ آيَةً "(٣)، أي بمقدار قراءة خمسين آية قراءةً متوسطة، لا سريعة ولا بطيئة. وفي هذا الحديث دلالةٌ على أن زمن السحور كان قريبًا من وقت صلاة الفجر، مما يدل على استحباب تأخيره إلى قبيل الأذان، تيسيرًا على الصائم وتقويةً له على صيام يومه.

يُستحبّ لمن أراد الصيام أن يجعل سحوره تمرًا؛ لما فيه من الفضل والخير، فعَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ ﷺ ، عَنِ النَّبِيِّ ﷺ قَالَ:" **نِعْمَ سَحُورُ الْمُؤْمِنِ التَّمْرُ**"(٤)، وفي هذا الحديث دلالةٌ واضحة على استحباب التسحّر بالتمر، إذ إن قوله:" نِعْمَ" من صيغ المدح في اللغة، وهي تفيد الثناء على المذكور وبيان فضله، فدلَّ ذلك على أن اتخاذ التمر سحورًا أمرٌ محمودٌ شرعًا، لما فيه من البركة والنفع، مع موافقته لهدي النبي ﷺ.

---

١) أخرجه البخاري ٢٩/٣ ومسلم ١٣٠/٣.

٢) ينظر كتاب الإجماع له ص ٦٠

٣) أخرجه البخاري ١١٩/١ ومسلم ١٣١/٣.

٤) أخرجه أبوداود ٤٧٧/٢ وغيره بسند صحيح، وصححه الألباني في صحيح الترغيب والترهيب ٦٢١/١.

وقال ابن القيم رحمه الله:" ما في التَّمر والماء من الخاصيَّة الَّتي لها تأثيرٌ في صلاح القلب لا يعلمها إلا أطبَّاء القلوب" ([1]).

والتمر غذاء غني بالمعادن والفيتامينات الضرورية مثل البوتاسيوم والمغنيسيوم والحديد والزنك والفوسفور والكالسيوم، التي تدعم القلب والعظام والأعصاب والمناعة.

ويحتوي على فيتامينات ب وأ وك وسي التي تساعد على إنتاج الطاقة وصحة البصر والجلد وتخثر الدم، إضافة إلى الألياف والسكريات الطبيعية التي تحسن الهضم وتمنح الجسم طاقة سريعة؛ فهو غذاء نافع، ومفيد جدًا للصائم.

وينتهي وقت السحور بخروج الفجر الصادق، كما قال الله ﷻ{وَكُلُوا وَاشْرَبُوا حَتَّى يَتَبَيَّنَ لَكُمُ الْخَيْطُ الْأَبْيَضُ مِنَ الْخَيْطِ الْأَسْوَدِ مِنَ الْفَجْرِ} ([2]) يَعْنِي بَيَاضَ النَّهَارِ مِنْ سَوَادِ اللَّيْلِ، سُمِّيَا خَيْطَيْنِ لِأَنَّ كُلَّ وَاحِدٍ مِنْهُمَا يَبْدُو فِي الِابْتِدَاءِ مُمْتَدًّا كَالْخَيْطِ، وتفسير النبي ﷺ للآية هو الفَصِيل في تحديد وقت انتهاء السحور وابتداء الصيام، وهو أيضًا دخول وقت صلاة الفجر، حيث قال " إِنَّمَا ذَلِكَ سَوَادُ اللَّيْلِ وَبَيَاضُ النَّهَارِ"([3]).

وصلى الله وسلم على نبيا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين

كتبه

خالد بن عبد الله العلوي

مملكة البحرين/ مدينة المحرق

٢ رمضان ١٤٤٧هـ

---

[1]) ينظر زاد المعاد له ٦٥/٢.

[2]) البقرة: ١٧٨.

[3]) أخرجه البخاري ٢٨/٣.